

長田が育んだ
米も子どもも粒ぞろい



11 特殊詐欺から身を守る

サイクリングマップでみまたの景色を満喫...8 11月は児童虐待防止推進月間です...9
まちの話題...12 国民健康保険...14

花と緑と水のまち
宮崎県 三股町

MIMATA

PublicRelations

11

Vol.639



広報みまた 令和5年11月1日号

発行・編集：三股町 総務課
TEL：0986(52)1113 FAX：0986(52)4944
〒889-1995 宮崎県北諸県郡三股町五本松1-1

UD FONT
by MORISAWA

VEGETABLE
OIL INK

第76回

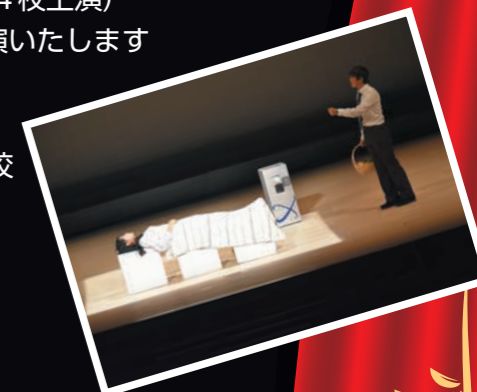
第45回宮崎県高等学校総合文化祭 演劇部門

宮崎県高等学校演劇 県大会

宮崎県の高校演劇部の頂点を決める、この大会。
今年も、「三股を目指そう！」を合言葉に、9月の県予選会を勝ち抜いた6校が三股に集結し、九州大会への切符をかけて、三股町立文化会館にて全力で演じます！

演劇の翼を広げ、九州大会へ、さらに、全国大会を目標に羽ばたいていく瞬間を・・・お楽しみください！どなたでも入場できます。入場無料です。

詳しい情報は、三股町立文化会館へお問合せ、または、ホームページをご覧ください。



■日 時／11月18日[土]午後1時開場予定(2校上演)
11月19日[日]午前9時開場予定(4校上演)
※各学校、制限時間60分のルールの中で上演いたします

■出場校
宮崎北高校、宮崎商業高校、宮崎南高校、
宮崎東高校通信制、宮崎日大高校、都城西高校

■料 金／無 料
※予約・申し込み不要
※気になる学校だけでもご覧になれます

■会 場／三股町立文化会館
■お問い合わせ
三股町立文化会館(〒889-1901 宮崎県北諸県郡三股町大字榊山3404-2)
【電話】0986-51-3462
【WEB】<https://bunka.town.mimata.lg.jp>

■主 催／三股町、三股町教育委員会

三股町立文化会館
自主文化事業

●お問い合わせ・電話予約・WEB予約・チケット販売【月曜を除く午前9時～午後5時】
三股町立文化会館(Tel.0986-51-3462 <https://bunka.town.mimata.lg.jp>)
●各公演とも前売にて完売の場合「当日券」は販売しないことがあります。



特殊詐欺から

身を守る

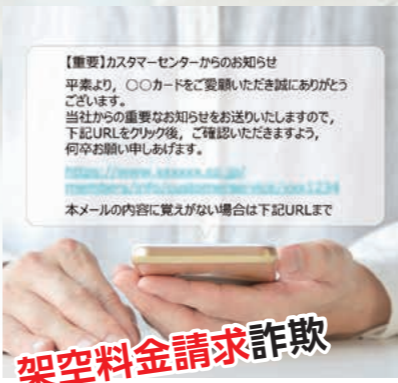
いまだに後を絶たない「特殊詐欺」。多様化するその手口に、本町でも被害が発生してしまいました。本号では、特殊詐欺から身を守る方法を考えます。



オレオレ詐欺



キャッシュカード詐欺



架空料金請求詐欺



還付金詐欺...などなど

「母さん、オレオレ。実は仕事で失敗しちゃって...。今すぐお金が必要なんだ」。「おめでとうございます。5億円の宝くじに当選しました。振り込むためには先に事務手数料の支払いが必要です」。ある日突然、こんな連絡が来ても、落ち着いて「これは詐欺だ」と気付くことができますか。

電話、インターネットやはがきなどを使って財産をだまし取る「特殊詐欺」。左ページの「特殊詐欺事件認知状況」にあるように、令和4年の全国での被害は、認知件数1万7570件、被害総額は約371億円にも上ります。このうち、宮崎県は認知件数52件、被害総額1億3000万円以上です。また、今年の被害額が9月末時点ですでに昨年1年分を上回るなど、県内のみならず全国で認知件数、被害額ともに増加傾向にあります。

町内で特殊詐欺の被害が発生

【架空料金請求詐欺】60代女性

あ の日は、パソコンでインターネットのニュース記事を見ていました。

次の記事を読もうと操作すると、いきなり「あなたのパソコンがハッカーに狙われています。あなたのパソコンがハッカーに狙われています」と表示されました。突然の大きな音と見慣れない画面にパニックになった私は、書いてある番号に勢いで電話してしまいました。

電話の指示に従って訳も分からぬまま操作すると、相手方が画面を操作することができるようになっていました。相手が画面を操作しながら「このパソコンはウイルスに感染しています。クレジットカード情報も狙われているかもしれません。今すぐ修理しますか」と尋ねられました。そのときは何も疑っていませんから、修理をお願いすると「契約金と修理で6万円です。クレジットカードは危ないから、支払いは電子マネーのプリペイドカードでお願いします。購入するときは『アプリに使用します』と答えるとスムーズにいきますよ。コンビニは近くにありませんか。この電話はつないだままにしておいてください」と言われました。カードを購入するとき、店員さんに「詐欺ではありませんか」と聞かれましたが、「詐

欺ではないです。アプリで使います」と答えました。そのときはまだ自分でも詐欺にあっているとは思っていませんでした。家に帰り、買ってきたカードの番号を伝えると「番号が間違っているこのカードは使えません。この分は後で返金するので、新しいカードを別のコンビニで買ってください」と言われました。不思議に思いつつ、もう一度購入し番号を伝えると、また間違っているから再度購入するよういわれ、ようやく何かおかしいと思いはじめました。

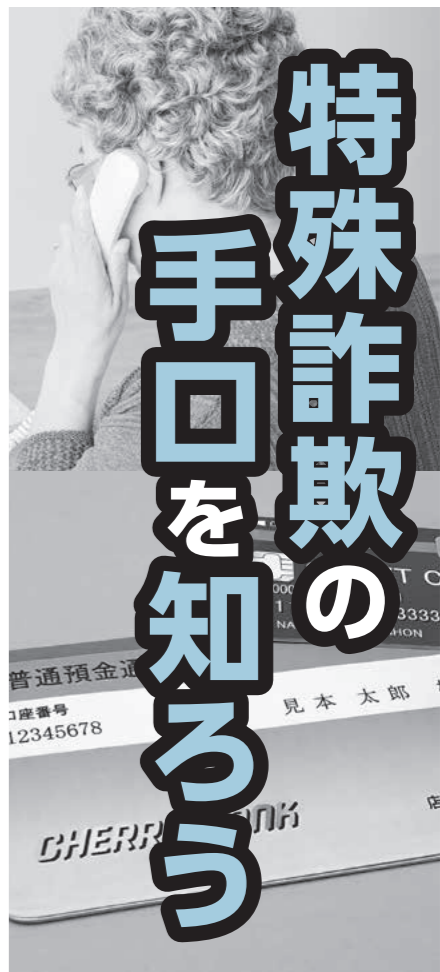
娘に連絡したいのですが、スマホは電話で使用し、固定電話で掛けようにも番号が分かりません。ようやく娘にメッセージを送って固定電話に電話してもらい、今までの話をすると「それは詐欺でしょ!」と怒られました。急いで娘に来てもらい、電話とパソコンの電源を切り、警察に相談しました。

被害額は、計12万円分。こういう詐欺の手口があることは知っていましたが、今思えば自分はまだまされなれないという気持ちと焦りで、冷静な判断ができなかったのだと思います。

宮崎県警ホームページより抜粋

特殊詐欺事件認知状況

▼全国					▼宮崎県				
令和5年8月末現在					令和5年9月末現在				
令和5年 認知件数 12,555件(被害額 264.3億円)					令和5年 認知件数 41件(被害額 1億9,878万円)				
オレオレ詐欺	預貯金詐欺	架空料金請求詐欺	還付金詐欺	キャッシュカード詐欺盗	預貯金詐欺	架空料金請求詐欺	還付金詐欺	キャッシュカード詐欺盗	ギャンブル詐欺
2,272件	4,135件	2,010件	1,804件	2,850件	6件	6件	5件	2件	2件
融資保証金 295件/金融商品 58件/ギャンブル 98件 交際あっせん 22件/その他 6件					オレオレ詐欺 0件/融資保証金 0件/金融商品 0件 ギャンブル 0件/交際あっせん 0件/その他 0件				
令和2年 認知件数 13,550件(被害額 285.2億円)					令和2年 認知件数 19件(被害額 2,586万円)				
オレオレ詐欺	預貯金詐欺	架空料金請求詐欺	還付金詐欺	キャッシュカード詐欺盗	オレオレ詐欺	架空料金請求詐欺	還付金詐欺	融資保証金	ギャンブル
3,085件	2,431件	2,117件	4,004件	2,602件	2件	18件	2件	2件	2件
融資保証金 156件/金融商品 30件/ギャンブル 62件 交際あっせん 7件/その他 4件					預貯金詐欺 0件/交際あっせん 0件/その他 0件 金融商品 1件 キャッシュカード詐欺盗 0件				
令和3年 認知件数 14,498件(被害額 282億円)					令和3年 認知件数 27件(被害額 6,340万円)				
オレオレ詐欺	預貯金詐欺	架空料金請求詐欺	還付金詐欺	キャッシュカード詐欺盗	オレオレ詐欺	架空料金請求詐欺	還付金詐欺	融資保証金	ギャンブル
4,287件	2,363件	2,922件	4,679件	3,074件	2件	38件	9件	2件	2件
融資保証金 142件/金融商品 31件/ギャンブル 50件 交際あっせん 8件/その他 14件					預貯金詐欺 1件 オレオレ詐欺 0件/金融商品 0件 交際あっせん 0件/その他 0件				
令和4年 認知件数 17,570件(被害額 370.8億円)					令和4年 認知件数 52件(被害額 1億3,628万円)				
オレオレ詐欺	預貯金詐欺	架空料金請求詐欺	還付金詐欺	キャッシュカード詐欺盗	預貯金詐欺	架空料金請求詐欺	還付金詐欺	融資保証金	ギャンブル
4,287件	2,363件	2,922件	4,679件	3,074件	1件	38件	9件	2件	1件
融資保証金 142件/金融商品 31件/ギャンブル 50件 交際あっせん 8件/その他 14件					オレオレ詐欺 0件/金融商品 0件 交際あっせん 0件/その他 0件				



特殊詐欺の手口を知ろう

前ページの「特殊詐欺事件の認知状況」の表にあるとおり、特殊詐欺の手口は10種類に分類されます。どのような手口があるのかを知るとは、自分の身を守るための第一歩です。

①オレオレ詐欺

親族、警察官や弁護士などを装い、親族が起こした事件・事故に対する示談金などを名目にお金をだまし取る(脅し取る)手口です。

【被害防止のポイント】

電話でお金が出たら、いったん電話を切り、すぐに家族などに相談しましょう。

②預貯金詐欺

警察官や銀行協会職員などを名乗り「あなたの口座が犯罪に利用されています。キャッシュカードの交換手続きが必要です」などと言って暗証番号を聞き出しキャッシュカードなどをだまし取る手口です。

【被害防止のポイント】

自治体、銀行協会などの職員が暗証番号を聞いたり、キャッシュカードを預かりに来ることは絶対にありません。「カードを他人に渡さない」、「暗証番号を教えない」を確実に守りましょう。

③架空料金請求詐欺

有料サイトや消費料金などに関してメールやがきで「未払いの料金があります。今日中に払わなければ

裁判になります」と知らせ、お金などをだまし取る手口です。

【被害防止のポイント】

事業者や公的機関などが未納料金などの支払いのために、コンビニエンスストアで電子マネー(プリペイドカード)を購入させることは絶対にありません。

④還付金詐欺

医療費、税金や保険料などについて「還付金があるので手続きをしてください」と言って、被害者にATMを操作させて被害者の口座から犯人の口座に送金させる手口です。

【被害防止のポイント】

役場などの公的機関がATMを操作させてお金を返すことは絶対にありません。

⑤融資保証金詐欺

実際には融資しないのに、簡単に融資を受けることができると信じ込ませ、融資を申し込んだ人に対し「補償金が必要です」といってお金をだまし取る手口です。

【被害防止のポイント】

融資を前提に現金の振り込みを要求することはありません。「簡単審査」、「保証人不要」などの甘い言葉

にだまされないようにしましょう。

⑥金融商品詐欺

価値が全くない未公開株や高価な物品に関する嘘の情報を教えて、購入すればもうかると信じ込ませ、その購入代金をだまし取る手口です。

【被害防止のポイント】

「あなたにだけですよ」や「必ずもうかります」というような電話や郵便物などは「詐欺」を疑ってください。

⑦ギャンブル詐欺

「パチンコ打ち子募集」などを雑誌に掲載したりメールを送りつけて、会員登録などをしようとする人に登録料や情報量としてお金を支払わせてだまし取る手口です。

【被害防止のポイント】

「必ず当たる」というような面白い話はありません。このような電話や郵便物などは「詐欺」を疑ってください。

⑧交際あっせん詐欺

雑誌やメールに記載された「異性を紹介します」などの案内に申し込んできた人に対して、会員登録料金

や保証金などの名目でお金をだまし取る手口です。

【被害防止のポイント】

甘い言葉には気を付けてください。「デートするだけでお金がもらえる」などの電話やメールなどは「詐欺」を疑ってください。

⑨キャッシュカード詐欺盗

警察官や銀行協会、大手百貨店などの職員を名乗り「キャッシュカードが不正に利用されているので使えないようにする」などと説明したうえで、カードをすり替えて盗み取る手口です。

【被害防止のポイント】

警察官、銀行協会などの職員が暗証番号を聞いたり、キャッシュカードを封筒に入れさせることは絶対にありません。

⑩その他の特殊詐欺

①～⑨に該当しないものの、電話などで相手をだまし、現金などをだまし取る手口です。

【被害防止のポイント】

電話などで話しただけで直接会ったことのない相手を信じてお金を渡さないようにしましょう。

気をつけよう悪徳商法

「この値段で買えるのは今だけ」や「数量限定の商品です」といった言葉に、つい財布のひもが緩んでしまった経験はありませんか。欲しい物やサービスなどがある場合、それを早く手にいれたい気持ちになります。その焦りのような気持ちが視野を狭くし、いつもなら気が付くような悪徳商法に気付かないまま、巻き込まれる被害が多発しています。

一回だけのはずが、定期購入契約に

■事例

8月下旬、SNSの広告を見て、ファンデーションの売買契約を約3千円で締結し、コンビニ決済した。

その後、9月下旬に2回目の商品が送付されるとの通知があったため、契約会社に確認すると「これは定期購入契約であり解約はできない。広告にもちゃんと記載してある」と言われたが、広告ではそのような内容が確認できなかった。(60代女性)

■解決方法

特定商取引法第11条および同施行

解約妨害

■事例

今年6月ごろ、テレビショッピングを見て、健康食品の定期購入売買契約をクレジットカード払いで約1万円で締結した。しかし、体調を崩したため解約しようと電話をかけたも繋がらない。試しに、契約をする方に電話してみると、1回でオペレーターに繋がった。しかし、解約は受け付けてもらえなかった。

意図的に電話にでないようにして、解約を妨害しているのではないかと思う。(40代男性)

■解決方法

意図的に電話に出らず、解約を妨害している事業者に対しては、手紙などの書面で解約する方法があります。しかし、書面を送付しようにも相手先の住所が分からないことがあります。会社法は第27条と576条

で本店の所在地について規定していますが、これが必ずしも公示されているとはかぎりません。このような場合でも、インターネットを使うことで手軽に検索できる場合もあります。また、この事例ではクレジットカード会社やカード会社が絡む三者間取引となつていきますので、クレジットカード会社の協力を受けることができれば解約の道が広がることになります。

今回、二つの事例と解決方法を紹介しましたが、個人での解決はそんなに簡単な話ではありません。町福祉・消費生活相談センターでは、月曜～金曜の午前9時～午後4時に相談を受け付けていますので、迷わずお問い合わせください。

●悪徳商法に関するお問い合わせ
町福祉・消費生活相談センター
☎52-0999





被害を未然に防ぐ

今年3月とおとし9月、町内のコンビニエンスストアの店長が特殊詐欺の被害を防止したとして、都城警察署から感謝状を贈呈されました。自分の身を自分で守るために、家族や身の回りの人を守るためにできることを考えます。

INTERVIEW

これからも声掛けを続けます

セブンイレブン三股権山店
店長 中山 恵美さん



今年3月、お店に高齢女性のお客様が来られました。レジに電子マネーのプリペイドカードを持ってこられてこのカードの番号を相手に送りたいんだけど、方法が分からないから教えてほしい」と言われました。「それは詐欺じゃないですか?」と尋ねると「詐欺じゃない。高額当選のメールが来たから送りたい」と携帯電話に届いたメールを見せてくれました。高額当選がメールで来ることも怪しく思いましたし、メールにはとところどころおかしい日本語が

あったので「やっぱりこれは詐欺ですよ」と伝え、警察にも連絡して防止することができました。

この件もおとし9月も、お客様に特殊詐欺の知識はあるけど、これが詐欺だと気付いていないことや今日中にお金を振り込まないといけなといった時間の制限があったことが共通していました。

実は、これまでも怪しいなと思うことは何度かありました。今回は、メールを見せていただけたので確信を得ることができましたが「孫に頼まれて」や「大丈夫、大丈夫」と言われてしまうと、それ以上深く追求することができないのも事実です。疑うときりがなく、疑われないと防げません。もどかしく感じることもありますが、これからも声掛けを続けるとともに、相談しやすい雰囲気や地域の皆さんと一緒に作っていききたいと思っています。



ご存じです。しかし、「自分が狙われることはない」、「これは詐欺ではない」といった自信が、時に裏目に出してしまうことがあるのです。

被害に遭わないために有効な対策の一つが、家にいるときにも留守番電話を設定するなど犯人からの電話に出ないことです。また、今の固定電話機には、通話内容を録音できる機能が付いたものがありますし、警察署ではおおむね65歳以上の人を対象に自動通話録音機の貸し出しも行っています。特殊詐欺の電話に1人で対処することはとても大変です。大切なのは、相手の言うことをうのみにせず怪しいと思ったら電話を切ることで、そして身近な人や警察に相談することを意識してほしいと思います。

県警では、特殊詐欺の被害を防ぐために「特殊詐欺被害防止コールセンター」を設置して県民の皆さんに電話で特殊詐欺被害防止の呼びかけ、特殊詐欺の手法に関するお知らせを行っています。私が各地区の公民館などで安全講習会なども行いますので、ぜひ活用していただきたいと思います。警察だけでなく、家族や地域が一体となって犯罪のないまちにしていきたいです。

闇バイトは犯罪です。家族や友達と連絡を取る、動画やSNSを見るなど、世界とつながるスマートフォンは今や生活必需品の一つです。しかし、便利だけではありません。

SNSなどに潜む危険の一つに、仕事の内容を明らかにせず著しく「高額報酬を支払います」として犯罪の実行者を募集する、いわゆる「闇バイト」があります。「高額バイト」、「即日入金」、「書類を受け取るだけ」。一見、好条件に見える求人情報には注意が必要です。簡単に高収入が得られるなら応募したために、強盗や詐欺などの犯罪に加担し逮捕された高校生や大学生のニュースを見たことがある人もいないではないでしょうか。「一度だけなら大丈夫」。そんなことは絶対にありません。

知ること判断できる。高校生や大学生にとって、SNSの情報が安全な情報が危険な情報かを判断するために必要なことは何でしょうか。それは、正しく判断できる大人の知識です。どう正しいのか、何が危険なのかを事前に伝えておくことで、いざ触れる危険な情報に正しく対処することができ

家族や地域の力が必要です

私たちは「特殊詐欺」という言葉やその手口を、ニュースや新聞などでたくさん聞いています。そして、どのようなものか知っているのだから、被害に遭うことはないという自信も持っています。しかし、実際に悪意ある電話がかかってきたときやパソコン画面に虚偽の表示がされたとき、不安を感じずに「これは詐欺だ」と冷静な判断ができるでしょうか。町内で被害に遭った人がそうであったように、いくら自信を持っていても、突然の出来事でパニックになると、突拍子もない話を信じてしまったり、普段はしないような行動をとってしまうのです。

特殊詐欺の被害を未然に防ぐために必要なもの、それは家族や地域の中にある、相談できる人や異変に気付くことのできる人の存在です。不安や焦りに心を埋め尽くされてしまふことは、暗闇の中を明かりもないまま進むようなもの。そんなとき、頼りになる人に相談することや周りの人からの優しい言葉は、不安や焦りを安心に変えてくれます。

家族の絆、地域の力で特殊詐欺の被害から身を守りましょう。

INTERVIEW

「私は大丈夫」が一番危ない

都城警察署
生活安全課地域安全係長

佐藤 英三 警部補



都城警察署管内では、6月に都城で不審電話が発生しています。電話の内容は、市役所職員を名乗る男から、還付金が生じたことを2月に封書でお知らせしたが返事がないので連絡した、銀行の者から電話があるので対応をお願いしたいというものでした。このケースでの被害はありませんでしたが、特殊詐欺のよう

ん。最近では、固定電話だけでなく、スマートフォンに届いた高額当選、サイト利用料金未納や芸能人をかたるメールやメッセージから被害に遭う人もいます。

特殊詐欺では、人の心の隙を突いてくることに注意が必要です。例えば、1時間以内に手続きをしないとお金を渡すことができないなどといった焦らせることで、冷静な判断ができないようにします。また、言葉巧みに本当か嘘か分からなくさせて信じ込ませます。実際に、特殊詐欺を未然に防いだ現場で、警察官が「これは詐欺だから、お金を払ったらだめですよ」と言っているのに「いや、詐欺じゃない。これを払えば億単位のお金が入ってくるから大丈夫」と、目の前にいる警察官の言葉より、姿が見えない人からの電話やメールの言葉を信じているということがありました。

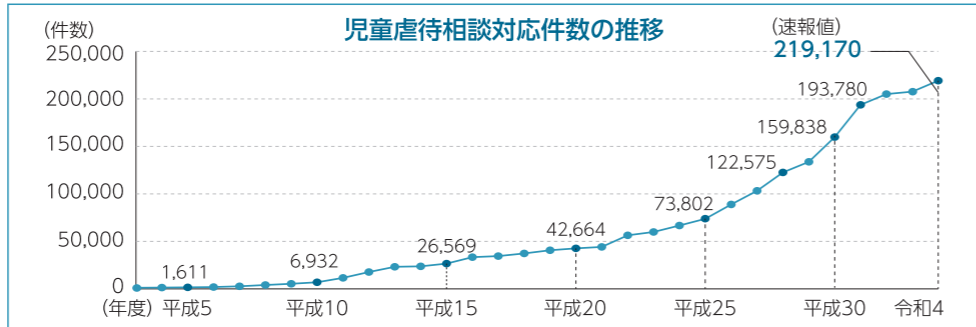
実は「私は大丈夫」という人が、一番危ない人でもあります。先ほどの被害に遭いかけた人も、特殊詐欺というのがあるということは当然に

11月は児童虐待防止推進月間です

～あなたしか 気づいてないかも そのサイン～

令和4年度中に、全国 232 か所の児童相談所が児童虐待相談として対応した件数は、219,170 件(速報値)で、過去最多となりました。集計を始めた平成2年度から増加の一途をたどっています。

住民の皆様や関係機関の児童虐待防止に対する意識や感度が高まっている現れではないでしょうか。

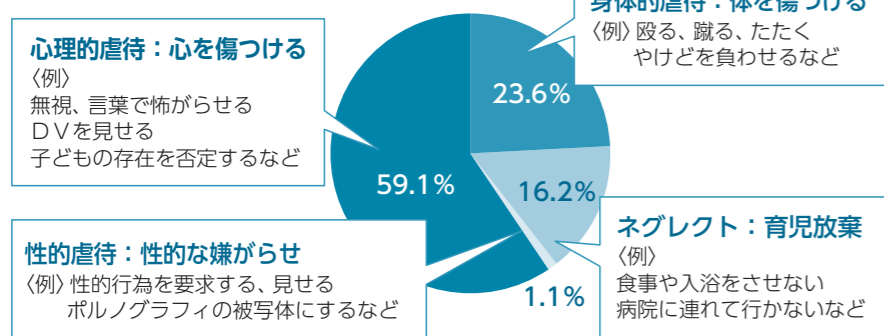


主な増加要因

- 児童虐待相談件数が増加した主な理由については、次のことが挙げられます
- ・心理的虐待に係る相談対応件数の増加 (令和3年度 124,724 件→令和4年度 129,484 件)
 - ・警察等からの通告の増加 (令和3年度 103,104 件→令和4年度 112,965 件)

児童虐待の内容別割合について

虐待相談の内容別件数 (R4 年度 速報値)



虐待相談の内容別では、「心理的虐待」が 59.1% を占めており、次いで「身体的虐待」が 23.6% を占めています。心理的虐待の割合は、令和3年度とほぼ変化はありません。

子どもたちを守るために、地域全体で発生予防や早期発見に取り組みましょう

お問い合わせ先
福祉課 児童福祉係 ☎ 36-4011 (直通)

保護者が「しつけ」として体罰を加えることは法律で禁止されています。

保護者が「しつけ」と称して暴力・虐待を行い、死亡に至るといった重篤な結果につながるものもあります。こうしたことを踏まえ、児童福祉法等の改正法において、体罰が許されないものであることが法定化され、令和2年4月から施行されています。

子どもが思ったとおりに行動してくれず、イライラしたときに「子どものしつけのためだから仕方ない」として叩いたり、怒鳴りつけたり、罰を与えたりしていませんか？

体罰や暴言によって子どもの行動が変わったとしても、それは体罰や大人への恐怖心などによって一時的に行動した姿であり、自分で考えて行動した姿ではありません。体罰や暴言は子どもの成長の助けにならないばかりか、その体験がトラウマとなり心身の発達などにも悪影響を及ぼしてしまふ可能性があります。全ての子どもは、健やかに成長・発達することが権利として保障されており、体罰は子どもの権利を侵害します。

子育て支援サービス、相談窓口を活用しましょう

子育ては色々な工夫をしてもうまくいかないこともあります。そのようなときは、周囲の力を借りると解決することもあります。

子育ての相談窓口や町やNPOが行っているさまざまな支援、サービスの利用を検討するの一つです。勇気をもってSOSをだすことで、不安や悩みが軽減することもあります。

相談窓口

相談・児童虐待の通告はこちらまで

- 児童相談所 全国共通ダイヤル **189** (いち はや く)
- 都城児童相談所 ☎ **22-4294**
- 福祉課 児童福祉係 ☎ **52-9060** ☎ **36-4011** (直通)

地域で子育て家庭をあたたく見守りましょう

子育て家庭の様子を気にかけて、異変にいち早く気づくことが虐待の防止にも繋がります。周囲のさりげない関わりが、親子の心の支えにもなります。

子育てに悩む親の相談相手になったり、孤立させないように声かけや手伝いをするなど周囲が手を差し伸べてあげることも大切です。

心配になる子どもがいる、気になる家庭があるときは相談、通告をしましょう

虐待の通告は、法律により国民の義務と定められています。

相談、通告をすることは子どもを虐待から守り、保護者を救うことにもつながります。

通告した人の秘密は守られ、また匿名での通告もできます。

虐待かどうか判断に迷うようなときも、専門の機関が慎重に調査をし、判断をしますのでためらわずに相談してください。



サイクリングマップで、みまたの景色を満喫しませんか

運動の秋。体を動かすのに気持ちの良い季節になりました。町観光協会では、サイクリングマップを作成しましたので、自転車を買物や通勤・通学に使うだけでなく、秋の景色を満喫しながらのサイクリングを楽しみませんか。このマップは、町役場案内、三股駅での配布のほか、町観光公式サイトでも見ることができます。

サイクリングマップの特徴

- ①ぜひ見てほしい！ビュースポットを掲載
- ②エネルギーチャージ！近場のお食事処を掲載
- ③ここを目指して！おすすめの観光地を掲載

みまたの景色を満喫しながら四社参り

- 1 三股駅
- 2 御年神社
- 3 上米公園
- 4 長田峠
- 5 御崎神社
- 6 稲荷神社
- 7 竜門神社

1 三股駅



町観光HP
サイクリングマップ



三股町観光協会
Instagram

今年4月から、自転車に乗るときにヘルメットの着用が努力義務となりました。努力義務のため、着用していなくても罰則はありませんが、頭部を守ることは交通事故被害を軽減するためにも重要です。大切な命を守るため、自転車に乗るときはヘルメットを着用しましょう。

町観光公式サイトはこちらです。また、町内で素敵な写真を撮影出来たら「#ドキドキみまた」、「#みまたんよかとこ発見」を付けて、SNSに写真をアップしてください。

- ① 自転車は一車道が原則、左側を通行
- ② 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認
- ③ 夜間はライトを点灯
- ④ 飲酒運転は禁止
- ⑤ ヘルメットを着用

守ろう！
自転車安全利用五則

みまたさん

280. 秋が、ほら、こころ
11月は
霜日 (しもけ) (fuyu no hi)
昔は霜が
降りて
季節

木の
葉は
たいてい
落ちたあ

晩秋の
候は

うさぎ
うさぎ
うさぎ
うさぎ
うさぎ
うさぎ
うさぎ
うさぎ
うさぎ
うさぎ

今月の表紙

『米も皆も粒ぞろい』



長田小 稲刈り体験

10月12日、毎年恒例の長田小稲刈り体験取材に行きました。6月の田植えから約4カ月。植えた直後は少し頼りなく見えた苗はすっかり見違え、しっかりと実をつけていました。しっかりしていたのは稲だけではなく、何をしても緊張していた1年生は上級生と協力しながら作業をするなど、心と体の驚くほどの成長を全児童が見せてくれました。写真は6年生。この日も、下級生のお手本になるようなチームワークと元気を見せていました。

地域おこし協力隊通信 vol.45



わたしたち協力隊の活動のようすをお伝えします!



『夢をカタチに』

地域おこし協力隊 江森 聡さん

寒さが厳しくなり、鍋がおいしい季節になりました。部屋でゆっくり音楽を楽しむのもいいですね。先日、町内にあるドラム製作所 Mdrums へ行ってきました。代表の堀内誠さんと共同で製作に取り組む都市の木エロくろ工芸士、山之上さんからの誘いで、お忙しい中お時間をいただきました。堀内さんの製法は、無垢材の丸太をくり抜いて製作するというもので、これが世界でもわずかな技のため、日本のみならず、海外へも販路が拡大しています。驚くことに日本、海外ともに著名なドラム演奏者の手に渡っているそうです。木で作られたドラムの音は美しく、聞いた瞬間感動しました。一人でも多くの人に聴いて欲しいです。堀内さん、山之上さんが語り合っている姿は、私にとって憧れの姿です。夢をカタチにされている素敵な世界がここにはあります。



三股文芸

297

〔短歌〕

◆◆◆ 三股短歌会 ◆◆◆

ふと匂う甘い香りの木犀の風を探してなんとなく秋

山口 勝己

朝は気づかなかつたが、サークルを終え戸外に出た途端あまの香りが漂っていました。周りを見回してもそれらしきものは見当たりません。風の向きからして木犀の花の在処は少し離れた集落のあたりのようです。

白鷺は彼岸花の中首伸ばし「どっちが素敵?」と問うてる如く

山本 マリ子

田んぼの畦道に並んだように咲いている彼岸花の中に白鷺が一羽。赤、白競っているような姿を見て詠みました。



『民謡革新【ARATA】』本番の様子



「宮崎県高等学校演劇大会」の予選の様子 (宮崎南高校)

三股町立文化会館

〒889-1901 三股町大字榊山3404-2
TEL.51-3462 FAX.51-3561

CULTURE

秋の夜に、伝統の音楽を

10月5日、「温故知新」によるコンサート『民謡革新【ARATA】』が現代に甦る古典民謡が行われました。この公演は、石井秀弦(津軽三味線)と上之園謙治(ドラムス・パーカッション)のユニット「温故知新」による公演で、毎年いろいろなアーティストと共演して楽しませてくれます。

今年「民謡革新」をテーマに、有村航平(チェロ)と遠山淳(ピアノ・キーボード)、そして、吉浦三貴子(民謡唄い手)のアーティスト3人をメンバーに迎え、俵積み唄、おてもやん、田原坂、刈干切唄、津軽じょんから節などの民謡が演奏されました。

力強い津軽三味線、心地よいリズムの打楽器、伸びやかなチェロ、華やかなピアノとどこか懐かしい民謡とが融合した音楽は、観客を「伝統の技と革新の音」の世界にいざない、秋の夜の素敵な音楽の時間になりました。

高校演劇部、県決勝大会!

11月18日(土)〜19日(日)、『宮崎県高等学校演劇大会』が行われます。9月の宮崎県予選を突破した高校演劇部6校が、九州大会への切符をかけた。今年勝ち上がった来たのは、宮崎北高校、宮崎南高校、宮崎商業高校、宮崎東高校、宮崎日大高校、都城西高校の6校です。

各高校が、それぞれ色の違う作品を上演します。今を生きる若者たちの一杯の思いを詰め込んだお芝居をお楽しみください。

入場無料で出入りも自由です。全作品を観て、最優秀校を予想するもよし、観たい高校を観るもよし、空いた時間で観るもよし、楽しみ方は自由です。ご来場お待ちしております。

◆お知らせした町立文化会館の公演情報は、本誌裏面をご覧ください。



音楽と朗読を楽しむライブラリーナイトコンサート



ようこそ図書館へ〜小学生図書館見学〜

三股町立図書館

〒889-1901 三股町大字榊山3406-8
TEL.51-3200 FAX.51-3751

LIBRARY

本と音楽が紡ぐ世界 ライブラリーナイトコンサート

9月28日(木)、ライブラリーナイトコンサートを行いました。夜のコンサートは4年ぶり、約30人の参加がありました。「里の秋」、「月の砂漠」、「ふるさと」など、秋の夜長に聴きたい音楽や、金子みすゞの詩の朗読などを楽しみました。出演は、天野のり子さん、愛川義夫さん。美しいソプラノの歌声とクラシックギターの音色が館内に響き渡りました。参加者からは「心が安らぐいい時間を過ごせた」などの感想が聞かれました。

図書館はどんなところ? 小学生の図書館見学

10月は、町内や都市から5校の小学校が見学に訪れました。10月6日(金)には、祝吉小学校と上長飯小学校の児童約250人が来館し、絵本の読み聞かせや館内見学、図書館の仕事について話を聞きました。普段入ることのできない書庫見学もあり、書庫に収め

読書週間「本に親しもう」

秋の読書週間にあわせて、特設展示「図書館員の本棚」を11月14日(火)まで設置しています。図書館員おすすめの本のほか、釣り、将棋、料理や園芸など大人の時間を楽しむ趣味の本も展示しています。また、11月16日(木)〜18日(土)には、保存期間を過ぎた雑誌のリサイクル配布を行います。みなさまのご来館をお待ちしています。

読書感想文感想画コンクール 入賞作品を展示します

今年も子どもたちの読書感想文・感想画が多数集まり、388点の応募がありました。審査の結果入賞した作品は、11月11日(土)、12日(日)に町武道館で開催される文化祭で展示します。また、11月16日(木)〜30日(木)には図書館内で作品展示をします。

■休館案内(21ページ)のカレンダー





がぐれになって、ハイチーズ!



がぐれも一緒にダンス



たくさんの人が訪れた

Topics
五本松団地跡地で「がぐれマルシェ」開催

9月30日、町五本松団地跡地で「がぐれマルシェ」が開催されました。イベントの主催は「がぐれ実行委員会」。交流拠点施設が整備されるまでの跡地活用のため、これまでの町民ワークショップの参加者を中心に結成された団体です。イベントのテーマは「Re」。環境のためにできることを実践しようとエコバッグ利用の呼び掛けやステーションに廃材を利用するなどしました。

会場には食べ物や小物の販売など、全21店舗が出店したほか、ステージではフラダンスやギター弾き語りなど、10組が出演し会場を盛り上げました。会場には町内外からたくさんの方が訪れ、買い物やステージイベントを楽しみました。

子ども大人も楽しめるイベントと感じました。この広い場所が、みんなが楽しめる場所になるといいなと思います。



参加者
馬籠 詩さん (三股中3年)
中西稟央さん (三股中2年)
中西琉稟さん (三股中3年)



足元の安全を確かめながら、ボートを先導



要救助者へ浮き輪を投げ渡す

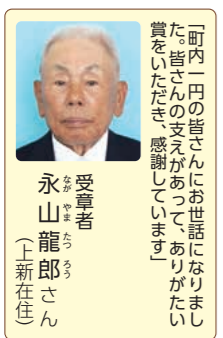
Topics
大規模風水害に備えて町消防団が集団訓練に参加

9月2日、都城市高城町の観音池公園で消防団の合同訓練が行われました。参加したのは、本町のほか、都城市、志布志市、曾於市の消防団員、合わせて約150人です。訓練は、大規模な風水害を想定し、救命ボートの組み立て方や救命胴衣の着用方法を聞き、実際に水の中での救助活動を行いました。団を超えた即席チームを作り、声を掛け合いながら、要救助役の人をボートに乗せ、流れのある中でオールを使ったボート操作や救助活動について確認していききました。

訓練に参加した団員からは「他の消防団との合同訓練はいい経験になった」とや「水辺での訓練は三股では経験したことが無く、勉強になった」となどの声が聞かれました。



即席チームでも息の合った訓練を実施



町内一円の方々に世話になりました。皆さんの支えがあって、ありがたい賞をいただき、感謝しています。

受賞者
永山龍郎さん (上新任在任)

町議会議員として長年活躍の永山龍郎さんへ叙勲

地方自治における長年の功績が認められた永山龍郎さんに、日本の勲章の一つである旭日単光章が授与され、9月22日、町長室で伝達式を行いました。

永山さんは、町議会議員として平成3年4月〜平成15年4月の3期12年間にわたり地方自治の発展に寄与されました。平成5年5月〜平成7年4月には農林建設常任委員会委員長を務めたほか、総務常任委員会委員長などを歴任し、長きにわたり町の発展に尽力されました。



株式会社アサヒ建材 立地調印式

本町と立地協定を締結
株式会社アサヒ建材が倉庫増設

9月26日、町役場で本町と建設会社などへの建設資材の販売、配達事業を行う株式会社アサヒ建材(石原学社長)が企業立地協定の調印式を行いました。現在の倉庫の隣接地に倉庫を増設するほか、令和6年度までに新たに7人を雇用する計画です。同社は、平成29年にセメントや木材などの建設資材を展示、販売する卸売販売部倉庫を建設。令和元年10月、隣接地に第2倉庫を増設しました。

地域経済のさらなる活性化が期待されます。

県内の競技者が三股に集合
宮崎県パークゴルフ協会連合会大会

8月30日、上米公園パークゴルフ場で「第7回宮崎県パークゴルフ協会連合会大会」が開催されました。この大会には、本町を含む県パークゴルフ協会所属の4つの協会から79人が参加。4コース36ホールの合計打数で順位を競いました。今回の参加者のうち、最高齢は92歳の広瀬文子さん(宮崎市)。広瀬さんは「こちらのパークゴルフ場のプレーは初めてです。練習が足りなかったのですが、成績は伸びませんでした。でも、このコースはいいコースですね」と話しました。当日は、時折雨が降るあいにくの天気。しかし、参加者は雨にも蒸し暑さやグラウンドコンディションにも負けず、日ごころの練習の成果を競いました。



自然をより身近に感じてほしい
「温故知新の会」が勝岡小で授業

9月2日、15日、29日に前目地区の温故知新の会(田上富雄代表)が勝岡小で授業を行いました。これは、同校のクラブ活動の時間にネイチャーワーククラブの4〜6年生21人に行ったものです。

2日の授業では「放置竹林と再利用」をテーマに身近にある竹の問題点や活用方法などを学習。15日の授業では自分たちで竹プランターを作成し、29日は作成したプランターに花の苗を植えました。児童たちは花にたつぷりと水をやり、校門に並べました。



「先生の教え方は学校とは違うけれど、説明が分かりやすく、点数が伸びていく感じが嬉しいです。」
野中芽唯さん (三股中3年)
「学校では習えないことを学べたいです。みんなと一緒に勉強したいです。」
山下夢七さん (三股中3年)

中学3年生が対象
放課後入試対策勉強会

町教育委員会では、中学3年生を対象とした放課後入試対策勉強会を町中央公民館で実施しています。

9月22日〜3月1日に実施されるこの勉強会は、数学の学力向上を目的に、中学校で学習した数学の内容について復習したり、高校入試に向けて問題を解いていきます。毎週金曜日に開催され、講師は町内の学習塾講師、参加者は中学3年生23人です。初回の9月22日は、因数分解の復習から始まりました。



いつまでもお元気で
147人に敬老祝い金贈呈

敬老の日にあたり、町は町内在住で満88歳の米寿を迎えた140人に写真と敬老祝い金を、満100歳を迎えた6人と町内最高齢の人に敬老祝い金を贈りました(人数は、7月1日時点)。

町内最高齢は106歳の山下タケさんです。9月15日、木佐貫町長は、山下さんが入所する「特別養護老人ホームわかば」を訪問し、激励の言葉と花束などを渡して長寿を祝いました。山下さんのご家族によると、タケさんは食欲旺盛で、施設の中を歩いて移動するなど、元気に過ごしています。

なお、町内で本年度に100歳〜106歳となる長寿者は、男性が2人、女性が26人います。



日ごろの「健康づくり」と「予防」を!

●生活習慣病を未然に防ぐためには、適度な運動と規則正しい食生活を心がけ、喫煙や飲酒に注意し、肥満を予防することが大切です。心筋梗塞や脳卒中の前兆となる「メタボリックシンドローム」を早期に発見して病気を予防するためにも、年に1回は健診を受けましょう。

●町国保では、40歳以上の人を対象として生活習慣に重点を置いた特定健診を毎年実施しています。

●**個別健診：指定医療機関で6月～12月に実施**

※国保加入者の自己負担は500円です ※受診する前に必ず医療機関の予約が必要です

●**集団健診：町健康管理センターなどで6月～11月に実施**



健診の詳細はこちらから

本年度最後の集団健診です

- 実施日 11月19日(日)
- 受付時間 午前8時45分～10時30分
- 場所 町健康管理センター
- 受診費用 無料
- 対象者 40歳～74歳の三股町国民健康保険の加入者、後期高齢者医療制度の加入者

- 必要なもの ①保険証 ②受診票(横長の二つ折りで対象者には事前に個別郵送しています)

※受診票がない場合は再発行ができますので、国保年金係(☎52-9632)まで連絡ください。

令和4年度町国保 疾病別 医療費が高い順位

- 1位：腎不全 2位：その他の心疾患 3位：糖尿病 4位：その他の悪性新生物(腫瘍)
- 5位：統合失調症、統合失調症型障害及び妄想性障害



マイナンバーカードは健康保険証として利用できます

①データに基づく最適な医療が受けられる

本人の同意に基づき、過去に処方されたお薬や特定健診などの情報が医師・薬剤師に共有できるようになり(※)、データに基づく最適な医療が受けられるようになります。

※マイナンバーカードを健康保険証として利用し、医師等と過去の情報を共有した場合には、健康保険証で受診した場合と比べて、初診時等の医療機関・薬局での窓口負担が低くなります。

②手続きなしで高額療養費の限度額を超える支払いが免除

限度額適用認定証等がなくても、高額療養費制度における限度額を超える支払いが免除されます。

※紙の限度額適用認定証等も今までどおり使用することができます。

マイナンバーカードを健康保険証として利用するための初回登録の方法

●4つの方法で利用登録できます

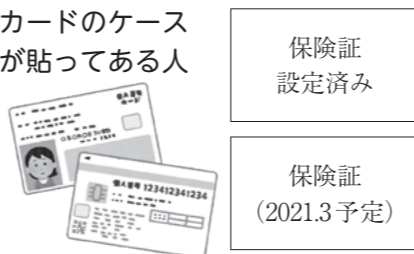
- ①「マイナポータル」から行う
- ②セブン銀行ATMから行う
- ③医療機関・薬局の受付で行う
- ④町役場町民保健課で「登録サポート」を利用(4桁の暗証番号が必要)



※「利用者用電子証明書」(カードに手書きで書かれている日付)が有効期間内である必要があります。

●利用登録しているか分からないときは

マイナンバーカードのケースに次のシールが貼ってある人は利用登録されています。



※厚生労働省HPでご利用可能な医療機関・薬局が公開されています。



厚生労働省HP→



皆さんの健康と医療を守る 国民健康保険



柔道整復師の正しいかかり方

柔道整復師(整骨院・接骨院)は医師ではないため、施術の行為が限定されています。また、保険証が使える場合と使えない場合がありますので、次の内容を参考に受診してください。

- 保険証が使える場合**
- 外傷性の捻挫、打撲
- 医師の同意がある場合、骨折の応急処置、脱臼の施術
- 保険証が使えない場合**
- 日常生活における単純な肩こり、腰痛など
- 症状の改善がみられない長期の施術
- スポーツなどによる肉体的疲労改善のための施術

国民健康保険の仕組み

国民健康保険(以下：国保)は、けがや病気に備えて被保険者の皆さんがお金を出し合い、安心して医療機関を受診できるように助け合う制度です。しかし、加入者の年齢構成も年々高くなり、高額な医療費がかかる人が多いなど、財政的な問題もかかっています。

一人当たりの医療費

令和4年度の町国保における一人当たりの医療費は、43万6333円(前年度42万6782円)に比べ0.9%増となっています。この額は、県内の市町村平均医療費の43万527円(前年度41万7224円)に比べて106円高い額で、26市町村の中で16位となっています。

日ごろから健康づくりを心がけながら、医療費の節約に努めましょう。

①緊急の場合を除き、平日の時間内に受診しましょう

休日や夜間の緊急医療機関は、急性の高い患者さんを受け入れるためのものです。また、時間外診療や休日・夜間の受診は割増料金となり、自己負担も大きくなります。急病などのやむを得ない場合を除いては、診療時間内に受診しましょう。

②「はじめて受診」をやめ、信頼できる「かかりつけ医」を持ちましょう

同じ病気で複数の医療機関を受診することを「はじめて受診」といいます。「はじめて受診」をすることは、医療費を増やしてしまうだけでなく、重複する検査や投薬などで体に悪影響を与えてしまう恐れがあります。信頼できる「かかりつけ医」を持ち、気になる症状があれば相談し、必要であれば「かかりつけ医」から適

③ジェネリック医薬品を使いましょう

ジェネリック医薬品(後発医薬品)とは、最初に作られた薬(先発医薬品：新薬)の特許が切れてから作られた薬で、厚生労働省で新薬と効き目や安全性などが同じと認められた薬です。新しい薬を開発するための経費がかからない分安い価格で提供されることから、ジェネリック医薬品の使用は医療費の削減になります。医療費の削減は、自己負担の軽減になるだけでなく、国保の保険料など、医療保険の負担軽減にもつながります。ジェネリック医薬品の使用方法などは、医師や薬剤師に相談しましょう。

「第7回みまたん霧島パノラマまらそん」のボランティアスタッフを募集します

「第7回みまたん霧島パノラマまらそん」大会は、多くの参加者が見込まれるため、大会を支えてくれるボランティアが必要です。大会コンセプトに共感し、一緒に大会を盛り上げてくれる人であれば、年齢は問いませんので、ご協力をお願いいたします。応募は、次の申し込み先まで、電話、FAXまたはEメールにてご連絡ください。詳細は、町公式サイトで確認することができます。



ボランティア募集



公式サイト

お問い合わせ先
みまたん霧島パノラマまらそん実行委員会事務局
(教育課スポーツ振興係)
52-9312
FAX 52-9724
Eメール: sports@town.mimata.lg.jp

令和6年4月からの保育園など入園受け付けが始まります

新規・継続入園、退園・転園にかかわらず各園へ早めにお問い合わせください。

- 申込書配布日
● 配布日
● 場所
● その他
● お問い合わせ先
● 町福祉・消費生活相談センター
● 令和6年4月からの保育園など入園受け付けが始まります

令和6年度三股町就学援助希 望者の申請を受け付けます

町では、経済的な理由で就学が困難な児童生徒の保護者に、学校給食費や学用品費などの経費の一部を援助しています。この「就学援助」を希望する人は、お子さんの在学する(新)小学1年生は就学時健康診断を受けた(学校へ申請を行って)ください。

申請方法
新小学1年生 11月17日(金)までに、就学時健康診断を受けた学校へ「就学援助費受給申請書」を提出してください。申請書は小学校にあります。



就学援助

日本コンチネンズ協会による「排泄ケア勉強会」に参加してみませんか?



入園受付

超高齢社会を迎え、排泄の困りごとを抱えている人が増えたり、要介護者や障害者の避難所などでの排泄支援が難しくなったりと排泄ケアの社会的要請はより重要で多様になってきました。NPO法人日本コンチネンズ協会が主催する「排泄ケア勉強会」に参加してみませんか?

お問い合わせ先
教育課 学校教育係
52-9314

最低賃金が改定されました

宮崎県の最低賃金が、10月6日(金)から「時間額897円」に改定されました。最低賃金は臨時、パート、アルバイトを含む宮崎県内で働く全ての労働者に適用されます。最低賃金の算定をするときは、次の賃金は算入しません。

「三股町文化祭」を開催します

毎年、多くの個人・団体が出展し、絵画・書・木工・陶芸など、各分野の芸術作品が一堂に展示される「三股町文化祭」を、今年も次のとおり実施します。

開催日 12月9日(土)
時間 午前10時~11時30分
場所 町総合福祉センター
定員 20人
お問い合わせ先
町地域包括支援センター
52-9063

「令和5年秋季全国火災予防運動」を実施します

全国統一防火標語
「火を消して 不安を消して つなぐ未来」
11月9日(木)~15日(水)は、秋季全国火災予防運動の実施期間です。

お問い合わせ先
宮崎労働局労働基準部 賃金室
0985-3818836

の「映文連アワード2022」文部科学大臣賞受賞記念として、特別上映も行います。町ふるさとまつりと同日の開催です。ご家族、ご友人をお誘い合わせのうえ、ぜひ気軽にご来場ください。入場は無料です。

日時 11月11日(土)
午前9時~午後5時
11月12日(日)
午前9時~午後4時
場所 町武道体育館
お問い合わせ先
町立文化会館 51-3462

上手な洗濯のコツが学べる無料セミナーを開催します

クリーニング知識の向上、上手な洗濯方法の習得、衣替えの季節における衣類事故の防止などを目的としたセミナーです。繊維の分類、特徴・染色と加工、品質表示の見方、商業洗濯の種類やクリーニング事故賠償基準などを学び、生活に役立てませんか?

日時 11月26日(日)
午前10時~正午
テーマ 「クリーニングの知識で上手に洗濯!」家庭洗濯と商業洗濯の違いは?」
講師 向井泰仁
場所 町社会福祉協議会
料金 無料 ※事前予約制

配偶者や恋人などからの暴力に関する相談窓口

相談は無料、秘密は厳守します。
DV相談ナビ #8008
宮崎県女性相談所
(配偶者暴力相談支援センター)
0985-2213858
警察安全相談室 #9110
県男女共同参画センター相談室
0985-6011822
女性の権利ホットライン(法務省)
0570-0700810
性暴力被害者支援センター
さぼーとねつと宮崎
0985-3818300
町女性相談所 52-0999
町役場総務課行政係
52-1112
※緊急時は迷わず110番へ

愛の寄付

9月1日から9月30日まで
社会福祉法人三股町社会福祉協議会

Table with columns: 寄付者 (Donor), 続柄 (Relationship), 故人名 (Deceased Name), 地区 (Area), 金額 (Amount)

子ども



健康管理センターからの お知らせ

☎52-8481

赤ちゃん健診

- 期日 12月7日(木)
● 受付時間 午後1時～1時30分
● 対象者 令和4年11月生まれ
令和5年9月生まれ
● 持ってくるもの 母子健康手帳、2～3か月児はバスタオル1枚
※希望者には、おっぱい相談や栄養相談も実施します。おっぱい相談希望者はタオル3枚程度をお持ちください。

3歳児健診

- 期日 11月30日(木)
● 受付時間 午後1時～1時30分
● 対象者 令和2年2月生まれ
● 持ってくるもの 母子健康手帳、アンケート、検尿
※内科と歯科の診察を行います。また、希望者には、心理相談、ことばの相談、栄養相談を実施します。



一般



健康管理センターからの お知らせ

☎52-8481

リズムウォーキング

健康運動実践指導者の指導で、ストレッチや音楽にあわせながら歩く動作を中心とした運動をします。運動を始めるきっかけづくりとして参加してみませんか。

- 期日 12月18日(月)
● 時間 午前10時～11時
● 持ってくるもの 室内用シューズ、タオル、水分
● 場所 町健康管理センター
※動きやすい格好でお越しください。

歯周病は、糖尿病の合併症の1つです

糖尿病があると、歯周病になりやすく重症化しやすい傾向があります。一方で、歯周病は糖尿病に悪影響を及ぼすなど、糖尿病と歯周病は互いに悪影響を及ぼしあいます。歯周病やむし歯は、糖尿病以外にも肥満、肺炎、睡眠時無呼吸症候群、心内膜炎、腎炎、菌血症、敗血症、胃腸障害、栄養障害など、さまざまな疾患の原因になると言われています。お口を健康な状態に保つことは、

子育て支援センターからの お知らせ

☎52-8101

子育て支援センターに遊びに来ませんか？

子育て支援センターは、町総合福祉センター「元気の杜」の中にあります。利用できるのは、未就学の子どもと保護者で、保護者同伴が原則です。開放日は月曜～金曜の午前9時～正午と、午後1時～3時で、開放日に合わせて、毎月楽しい行事や教室を行っています。詳しくは、町社会福祉協議会公式サイトでもお知らせしています。

英語であそぼう

「子どもと遊べる場所を探している」「お友達をつくりたい」保護者は、ぜひ親子で遊びに来てください。

- 期日 毎週水曜日
● 時間 午後1時30分～2時30分
● 講師 ライト・デレック先生
※予約が必要です。
● ふわふわ布絵本
ボランティアグループ「ふわふわ布絵本の会」の手作りの作品を使ったおはなし会です。

おしゃべりがんサロンプルピナス

全身の健康に関わる大切なことです。本年度、40・50・60・70歳になる人に歯科検診の検診票(黄色)を送付しています。令和6年2月末まで使用できますので、この機会にぜひ受診してください。

- 対象者 がん患者・家族など、どなたでも気兼ねなく自由に話をしていただく交流の場です。(※要予約)
● 日時 11月16日(水)
午後1時30分～2時30分
12月21日(木)
午後1時30分～2時30分
● 場所 国立病院機構都城医療センター
● 申込先 国立病院機構都城医療センター相談支援センター
☎0120-411-329
(平日の午後5時まで)

高齢者(介護保険)



地域包括支援センターからの お知らせ

☎52-8634-9063

小学生向け認知症サポーター養成講座を実施しました

10月5日、梶山小5年生を対象

- 期日 11月14日(火)
● 時間 午前10時30分～11時
※予約が必要です。
● 親子ふれあいコンサート
笑顔を運ぶ音楽団「小さな音楽会」の、生の歌と演奏で楽しい時間を過ごしましょう。
● 期日 11月28日(火)、12月12日(火)
● 時間 午前10時～
● 場所 町総合福祉センター
「元気の杜」大会議室
※予約が必要です。
● おはなしかい
読み聞かせボランティアグループ「おおきな木」による読み聞かせを行います。

ウルトラマン教室

- 期日 12月7日(木)
● 時間 午前10時30分～11時
※予約が必要です。
● 期日 12月13日(水)
● 時間 午前10時～11時30分
● 講師 都城ひかり園の先生
● 場所 町総合福祉センター
子育ての悩みや発達の不安などを気軽に話してみませんか。「小さな集団遊び」とひかり園の先生を交えてお母さんの座談会を行います。申し込みは不要です。
● 期日 12月13日(水)
● 時間 午前10時～11時30分
● 講師 都城ひかり園の先生
● 場所 町総合福祉センター

に、認知症サポーター養成講座を行いました。この講座は、認知症に関する正しい知識や、認知症の人への接し方を学び、地域で暮らす認知症の人を温かく見守る心を育てることを目的に開催しています。

講座では、講話後に認知症の人の接し方を、町内で認知症サポーターとして活動しているボランティアの人に協力をもらって寸劇を行い、クイズで認知症の人への良い接し方、悪い接し方を考えてもらいました。児童の中には、開始前から今回の講座に興味を持ってくれた人も多くいて、心強い小学生サポーターが増えました。

「元気の杜」大会議室と子育て支援センター

ファミリーサポートセンターたんぼぼからの お知らせ

☎51-5688

子育てを組織化したものです。依頼者は信頼・安心して預け、提供者は大切にかわいがって預かってくれる。そんな、お互いにとって優しさや喜びが響き合うことを大切にしながら活動しています。

子育てを手助けしてほしい人
↓おねがい(依頼)会員
子育てを援助したい人
↓まかせて(提供)会員

地域の人が甘えてみませんか？まずは気軽に相談してみてください。利用するには事前に会員登録が必要です。

- 〈現在行っている援助活動〉
・用事やリフレッシュしたいときの子どもの預かり
・児童クラブや保育施設への送迎など
● 利用料金 町が一人目のみ1時間300円を助成します。

Table with 2 columns: 利用時間 and 1時間当たりの利用料金. Rows include 月々金曜 午前7時～午後7時 (300円), 月々金曜 早朝・夜間 (500円), 土曜・日曜・祝日 (400円).

※助成後の料金を表記しています。

皆さんも認知症サポーターになりませんか？

認知症サポーター養成講座は、地域の集まりや会合など、少人数でも講師が出向き、講座を行います。講座の開催を希望する人は地域包括支援センターまでご連絡ください。



認知症サポーター養成講座の様子

足もと元気教室
● 日程=11月15日～12月14日までの分

Table with 4 columns: 地区名, 時間, 場所, 日程. Lists activities across various districts from 11/17 to 12/13.

● 準備するもの=体操のできる服装、タオル、シューズ、水分補給用の飲み物
※ 11月1日～14日の日程は、「広報みまた」先月号をご参照ください。

くらしのカレンダー

(ゴミ回収日・図書館休館日・イベント)

11月

Calendar grid for November with dates 1-30 and event markers like '3文化の日' and '11ふるさとまつり'.

★コロナウイルス対策により、急きょ休館になる場合があります。ホームページでご確認ください。



二次元コードを読み込むと町の公式ホームページのアドレスが表示されます。

今月号を読んだ感想、今後取り上げてほしい話題や記事、あなたの身近で起きた出来事などお寄せください。

切取ってポストへ投函してください
皆さんのまちづくりに対する夢あるご意見、ご提案を募集します。

お送りいただいた個人情報等は、今後の広報誌の誌面づくりの参考に致します。それ以外に情報の利用は致しません。

休日急患診療機関

11月

Table of emergency medical services on holidays, listing hospital names, addresses, and phone numbers.

※休日急患診療機関の診療時間は午前9時～午後6時です。やむを得ず変更する場合がありますので、☎23-5555でご確認ください(夜間は都城夜間急病センター☎36-8890まで)。なお歯科については☎25-4100にお問い合わせください。

ふるさとまつり開催

今年は2日間開催
ふるさとまつりは、町ふれあい中央広場で！

11月11日(土)

正午～午後8時30分

12日(日)

午前9時～午後5時

同日には、町武道体育館で町文化祭も実施します！



大切な自転車を盗難から守ろう！

県内では、自転車盗難の発生件数が昨年度より増加しています。町内でも放置自転車の問い合わせが増えています。

自転車は、通学・通勤や買い物などで手軽に使用できる便利な乗り物ですが、路上に放置したり、鍵を掛けないまま止めていると、簡単に盗まれてしまいます。

被害者の約5割が高校生・中学生です

自転車盗難の特徴として、住宅やアパート敷地内の駐輪場から盗まれています。また、被害者の約5割が中高生で、盗まれた自転車の多くが鍵を掛けていない状態で被害にあっています。

大切な自転車を守るため

盗まれた自転車が犯罪に使用されることもあります。大切な自転車を盗難から守るため、防犯対策を行いましょう。

★居住区内は大丈夫だと油断していませんか？居住区内であっても確実に鍵を掛けましょう。
★鍵を掛けても盗まれる可能性があります。二重ロックを徹底しましょう。

★駅の駐輪場などに置いたままにいませんか？駐輪場などに長期間放置しないようにしましょう。
★防犯登録を忘れていませんか？盗難被害にあった場合でも、自転車の早期発見・被害回復に繋がります。防犯登録を行いましょう。

自転車防犯登録

自転車防犯登録は、法律で義務づけられています。手続きは、自転車を購入した店舗で行います。

放置された自転車を見つけた場合はどうすればいいの？

最寄りの交番・駐在所または警察署に自転車放置されていることを届けてください。

- 三股交番 52-1263
夢池駐在所 52-2256
都城警察署 24-0110



交通事故(人身)発生ワースト順位 ◎県内第8位/令和5年8月31日現在(全26市町村中) ※ワースト…悪い方からの順位

税のお知らせ

●税務財政課からのお知らせ

11月30日(木)は納期限です

納期限内に納付しましょう。

●固定資産税(第3期)

●国民健康保険税(第5期)

口座振替は11月27日(月)です。

やむを得ず口座振替できなかったときは、12月11日(月)に再振替を行います。前日までに預貯金口座の残高確認をお願いします。

■お問い合わせ=納税管理係 ☎52-9635

「納税相談」をご利用ください

税金は納期限内に納めることが原則ですが、思わぬ事故、病気や失業など、やむを得ない特別な事情があって、納期限内に納税できない、また一度に納めることが難しい

といった場合には、早めにご相談ください。

年度を繰り越す滞納とならないよう、各種納税相談を受け付けています。

■お問い合わせ=特別収納対策係 ☎52-9634

町税の納め忘れはありませんか

町税の納付をうっかり忘れるなどして納期限を過ぎると、滞納として督促状が送られ、本来納めるべき税額のほかに督促手数料や延滞金も併せて納めなければならない場合があります。

また、滞納したままで放置すると、財産の差し押さえなどの滞納処分を受けることにもなります。町税は納期限内に完納しましょう。

■お問い合わせ=特別収納対策係 ☎52-9634

◎町税の納付は「安心・便利・確実」な口座振替のご利用を！◎この社会 あなたの税が生きている◎たばこは町内で買しましょう

三股町の人口(令和5年10月1日現在)

・男/11,929人・女/13,544人・合計/25,473人(前月比-8人)
・世帯数/10,379戸(+0戸)・出生/17人・死亡/31人・転入/71人・転出/65人



生徒会新聞は、町役場と町立図書館入口にも掲示されています。

命と優しさ育む「さつき言葉」

三股中の「愛」言葉

三股中では、毎年6月に新坂の三土砂災害事故の追悼集会を行い、命の大切さを考える。「もし家族や友達が突然いなくなったら、なんて想像もつきません。でも、命について考えるのは、実はこのときだけでいい。」と陣ヶ尾さん。命は大切だと分かっているからこそ意識し続けることは難しい。しかし、木下文校長の「人をダメにする言葉は使わないように」という言葉をきっかけ

命と優しさ育む「さつき言葉」

三股中の「愛」言葉

三股中では、毎年6月に新坂の三土砂災害事故の追悼集会を行い、命の大切さを考える。「もし家族や友達が突然いなくなったら、なんて想像もつきません。でも、命について考えるのは、実はこのときだけでいい。」と陣ヶ尾さん。命は大切だと分かっているからこそ意識し続けることは難しい。しかし、木下文校長の「人をダメにする言葉は使わないように」という言葉をきっかけ

クローズアップ

まちを支える人たち 175

三股中生徒会会長
西植木在任 陣ヶ尾康太(15)さん
三股中生徒会副会長
上来在任 石川杏(15)さん

に生徒たちの意識が変わり始め、そんな言葉を無くすためにどうすればいいのかを友人同士で、クラスで、全校生徒で話し合った。「私たちは、人をダメにする言葉の代わりに『ありがとう』や『いいね』といった優しさを伝える『さつき言葉』を使うことを決め、それを生徒会新聞で発表することにしました」と石川さんは言う。優しい言葉は、命を育てる心の栄養。言っても言われても心に届く。さつき言葉がこれからの三股中の「愛」言葉だ。

茶じょけ

今月の特集は特殊詐欺です。調べてみると、「オレオレ詐欺」の手口は平成15年ごろから始まっていて、昔からよく聞かなくてはいけませんが、20年以上被害がなくなっていないことに驚かばかりでした。また、その手口も複雑になっていて、最近では固定電話だけでなくスマホを使った手口も増えています。便利に使う一方で、悪意に巻き込まれる危険性が身近にあると意識することが特殊詐欺から身を守る第一歩なのかもしれません。家族や地域の力がそこに加われば、鬼に金棒ですね。▽ここで何度か運動するぞと宣言している私。しかし、なかなか実行できていないのが現状です。今回紹介しているサイクリングマップで、今度こそ爽やかな汗を流し、おいしい秋の味覚をさらにおいしく堪能したいと思います(ヤ)

No.639 令和5年11月1日号

発行・編集／三股町 総務課
〒889-1995
宮崎県北諸県郡三股町五本松1番地1
TEL 0986-52-1111 (代表)
FAX 0986-52-4944
町公式URL
https://www.town.mimata.lg.jp
町FacebookURL
https://www.facebook.com/mimatatown



イベント出店情報

ふるさとまつり
日時: 11月11日(土)～12日(日)
場所: 三股町ふれあい中央広場
大崎町ふれあいフェスタ
日時: 11月23日(木) 勤労感謝の日
場所: 鹿児島県大崎町ふれあいの里公園

Instagram



夏も秋も楽しめる!?

今月は、勝岡で「れんこん」の栽培している才田正弘さんです。才田さんの本業は「才田工務店」の社長さんなのですが、10年ほど前から勝岡小学校の前にある水田で「れんこん」を作り始められました。れんこん畑に蓮の花が咲き、近隣の人々の評判となったことから、収穫する畑とは別に、鑑賞のためだけの畑も設けられ、さらには花を見に来た人たちが危なくないようにと、駐車場や遊歩道も整備。今や三股町の花の名所のひとつになっています。



三股町物産館よかもんや 情報発信コーナー

れんこん様

No.133

だより

三股町物産館
〒889-1901 宮崎県北諸県郡三股町大字榊山4421番地22(JR三股駅隣)
☎0986(52)31331
営業時間/午前9時30分～午後5時30分
定休日/毎週木曜(祝日を除く)

http://mimatatan.com

町の栄養士から

いきいきげんき!

毎月19日は食育の日

大人も一緒に「食育」

健康バランス食実践のために

旬の食材はおいしい!栄養価が高い!安い!といいこと尽くしです。旬の食材を使った健康バランス食を紹介します。ご家庭での献立にご利用ください。



11月の旬の食材

- ・ブリ
 - ・サツマイモ
 - ・セロリ・ゴボウ
 - ・エノキタケ
- ※材料は全て1人分です

① 主食/ごはん

252キロカロリー 塩分0グラム

材料 ごはん…150グラム

② 主菜/ブリとサツマイモの甘辛だれ

443キロカロリー 塩分1.2グラム

材料 ブリ…70グラム、酒…小さじ1、サツマイモ…60グラム、片栗粉…小さじ2、油…適量、タマネギ…50グラム、しょうゆ…小さじ1、砂糖…小さじ1、いりごま…少々

作り方

- ①ブリを一口大に切り、酒を揉みこむ。
- ②サツマイモを乱切りにし、さっと水にさらす。
- ③①、②の水分をしっかりふき取り片栗粉をまぶす。
- ④鍋に油を熱し、③をきつね色になるまで揚げ、油をきっておく。
- ⑤タマネギを2センチ程度の角切りにする。耐熱容器に入れてラップをし、電子レンジ600wで2分ほど加熱する。
- ⑥別のフライパンに④と⑤を入れ、全体を絡める。

③ 副菜/小松菜とエノキタケのさっぱり和え

55キロカロリー 塩分0.6グラム

材料 小松菜…70グラム、エノキタケ…50グラム、ショウガ…少々、●白だし…小さじ1と1/3、●ごま油…小さじ1、●かつお節…少々

作り方

- ①小松菜とエノキタケを食べやすい大きさに、ショウガを千切りにする。
- ②①を耐熱容器に入れ、ラップをして電子レンジ600wで2分ほど加熱する。
- ③②と●を混ぜ合わせる。

④ 副菜/セロリのトマトみそ汁

36キロカロリー 塩分1.2グラム

材料 セロリ…40グラム、ゴボウ…20グラム、トマト…30グラム、出し汁…150ミリリットル すりおろしにんにく…少々、みそ…小さじ1と1/2

作り方

- ①セロリとゴボウは斜め切りに、トマトは一口大に切る。
- ②鍋にだし汁を入れて沸騰したら、①の野菜とすりおろしにんにくを入れて煮る。
- ③火を止めてみそを溶く。



問い合わせ: 町健康管理センター ☎ 52-8481

わが家の一番星

いつもニコニコしゃうまくん。お姉ちゃんたちとパパ、ママを楽しませてくれてありがとう!これからも元気に育ってね!



令和2年11月11日生まれ(3歳)
永田一成さん・淳子さんの長男
永田 嵩真ちゃん

愛蘭、産まれて来てくれて本当にありがとう!!一生パパとママの宝物だよ☆これから楽しいこといっぱいするから期待してね!



令和5年1月30日生まれ(0歳)
岡崎秀一郎さん・玲美さんの次男
岡崎 愛蘭ちゃん



わが家の一番星 町内在住で3歳以下のお子さんについて、掲載申込書に写真を添えてお申し込みください。
ご長寿万歳 町内在住で80歳以上の元気な高齢者について、掲載申込書に写真を添えてお申し込みください。
※「わが家の一番星」「ご長寿万歳」の掲載申込書は町役場にあり。また町公式サイトからダウンロードすることもできます。
(町公式サイトアドレス… https://www.town.mimata.lg.jp)

問い合わせ 総務課 秘書広報係 ☎ 52-1113 (直通)

POST CARD

8 8 9 1 9 9 5

お手数ですが
63円切手を
貼ってお出し
ください。

三股町役場 総務課
秘書広報係 行

(切り取ってポストへ投函してください)

2023.11 vol.639

フリガナ			
氏名			
ご住所	□□□□□□		
電話	()	-	
年齢		性別	男・女